



XXVIII ENFERMAIO

Repercussões das mudanças climáticas no mundo e sua influência na saúde

REALIZAÇÃO:



APOIO:



A UTILIZAÇÃO DA ARTETERAPIA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE DA MULHER: REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Gisele Silva Cruz¹

Caterine Helen Coutinho de Souza²

Joyce da Silva Alves³

Nycolle Rodrigues do Nascimento⁴

Germana Pinheiro Correia Lima Sousa⁵

Sâmia Monteiro Holanda⁶

TRABALHO PARA PRÊMIO: GRADUAÇÃO - EIXO 3: ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

RESUMO

Introdução: A arteterapia é uma prática integrativa que utiliza linguagens artísticas como forma de promover o bem-estar e o cuidado à saúde. Este estudo teve como objetivo identificar os benefícios da arteterapia na saúde das mulheres em diferentes contextos de vida.

Método: Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que busca reunir conhecimentos sobre um assunto, de modo a fundamentar a sua relevância. **Resultados e Discussão:** A arte, ao ser incorporada ao cuidado, favorece a expressão de sentimentos, o fortalecimento da autoestima, a redução do estresse e a criação de vínculos afetivos. Técnicas como a pintura de mandalas e oficinas artísticas em grupos terapêuticos mostraram-se eficazes no apoio emocional às mulheres, contribuindo para o enfrentamento de momentos de vulnerabilidade. Os resultados encontrados reforçam a importância da inserção da arteterapia nas práticas de enfermagem, especialmente pelo seu caráter humanizado e centrado na subjetividade do ser. **Considerações finais:** A utilização da arteterapia potencializa o cuidado integral, valorizando não apenas os aspectos físicos, mas também emocionais e sociais das mulheres. Dessa forma, promover o acesso a essa abordagem nos serviços de saúde representa um avanço na qualificação da assistência e na valorização do ser humano em sua totalidade.

Palavras-chave: Arteterapia; Saúde da Mulher; Promoção da Saúde.

INTRODUÇÃO

1. Graduanda de Enfermagem na Universidade Estadual do Ceará
 2. Graduanda de Enfermagem na Universidade Estadual do Ceará
 3. Graduanda de Enfermagem na Universidade Estadual do Ceará
 4. Graduanda de Enfermagem na Universidade Estadual do Ceará
 5. Enfermeira e Mestra em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará
 6. Enfermeira. Mestra em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará.
- E-mail do autor: gisele.cruz@aluno.uece.br

O Dicionário da Real Academia Espanhola (DRAE) define arte como a expressão da realidade ou da imaginação humana interpretada por recursos visuais, linguísticos, manuais ou sonoros. Já a terapia, é caracterizada como o tratamento para desequilíbrios de saúde, os quais podem estar associados a contextos físicos ou psicológicos (Llópis; Morales; Hernandez, 2024).

A união das nomenclaturas chama-se arteterapia, técnica terapêutica de desenvolvimento artístico que pode ser benéfica para promover a sensação de bem-estar dos indivíduos. Estudos apontam que este método não farmacológico ajuda a controlar o estresse, aumentar a autoestima e fortalece relações interpessoais (Rufato, 2024).

Historicamente, a Enfermagem relaciona-se com o cuidado humano, principalmente na utilização de práticas integrativas na saúde, com foco na visão holística do paciente. Através deste entendimento, é possível observar o crescimento de terapias complementares no processo de cuidar. Em consonância, a promoção da saúde, enquanto disciplina científica, evoluiu significativamente desde suas origens centradas na disseminação unidirecional de informações em educação em saúde. A partir da Carta de Ottawa, o campo tem se expandido rapidamente, impulsionado pelo aprofundamento da compreensão do comportamento humano e pelo refinamento das políticas e programas (Corbin., *et al.* 2021).

Nesse contexto, as Artes emergem como uma ferramenta poderosa para impulsionar e influenciar a promoção da saúde, possibilitando novas formas criativas de engajamento público em questões de bem-estar. Expressões artísticas como pintura, teatro, fotografia e música oferecem um meio eficaz de integrar cultura, equidade e direitos humanos às políticas e práticas de saúde. Além disso, abordagens artísticas contribuem para a justiça social ao amplificar vozes marginalizadas e tornar visíveis aspectos ocultos da saúde e do bem-estar, fortalecendo o impacto da promoção da saúde na sociedade (Corbin., *et al.* 2021).

Investir na utilização da arteterapia tem o potencial de empoderar mulheres nas vivências de diversos contextos de saúde, pois a arte conduz a um processo de autoconhecimento, auto realização, assim como enfrentamento de conflitos da subjetividade do ser humano. Por isso, objetiva-se identificar como a arteterapia está sendo utilizada para a promoção da saúde da mulher.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que busca reunir conhecimentos sobre um assunto, de modo a fundamentar a sua relevância, estruturada com base no modelo proposto por Mendes, Silveira e Galvão (2019) para a definição das seguintes etapas: 1)

elaboração da pergunta norteadora; 2) busca e seleção dos estudos primários; 3) extração de dados dos estudos selecionados; 4) análise dos estudos primários incluídos na revisão; 5) síntese dos achados da revisão; 6) exposição dos resultados, realizadas no mês de março de 2025.

A primeira etapa incluiu uma estratégia de busca que facilitou a recuperação dos artigos com base no mnemônico PICO (População, Fenômeno de Interesse e Contexto). Nesse modelo, “P” corresponde às mulheres, “I” refere-se a arteterapia e “Co” promoção da saúde. Deste modo, constitui-se a seguinte indagação: Como a arteterapia está sendo utilizada para a promoção da saúde da mulher?

A segunda etapa ocorreu a partir da pesquisa realizada de maneira combinada, nas bases de dados eletrônicas Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) via Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE/PubMed). Os termos utilizados foram selecionados conforme a terminologia Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), por meio do operador booleano “AND”, na seguinte sequência: *art therapy AND women AND health*.

Foram incluídos estudos com dados primários, publicados em qualquer idioma e com restrição temporal dos últimos cinco anos, assegurando que as informações utilizadas sejam atuais e identifiquem as práticas mais recentes da utilização da arteterapia na promoção da saúde da mulher. Artigos de revisão, cartas ao editor, trabalhos publicados em anais de eventos, opinião de especialistas, estudos incompletos, teses, dissertações, monografias ou aqueles que não atendiam ao objetivo desta revisão foram excluídos.

Foram encontrados, inicialmente, 1.782 produções nas fontes de dados. Destas, 22 foram removidas por serem duplicatas e 1.751 foram excluídas após a leitura dos títulos e resumos, de modo que 9 artigos foram analisados por completo e compuseram a amostra final.

Para simplificar o processo de seleção, foi empregado o gerenciador de referências *Rayyan QCRI*®. Nessa fase, dois autores revisaram os estudos de forma independente, logo em seguida, as divergências foram resolvidas por meio de um terceiro revisor. Por subsequente, os dados coletados foram organizados em uma planilha do *Microsoft Excel*®, onde foram extraídas as seguintes informações dos estudos selecionados: Autor; Ano; País; Principais resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos selecionados para a mostra final correspondem aos anos de 2021 a 2025, publicados em inglês e português, provenientes de diferentes fontes e autores. Os trabalhos selecionados estão listados na Tabela 1.

Tabela 1 - Relação de Artigos utilizados na Revisão Integrativa

Título do Artigo	Autor/ Ano de publicação	País	Principais resultados
Usando desenhos para medir o processamento emocional em sobreviventes do câncer de mama e sua associação com depressão, dor e fadiga	Weinfeld-Yehoudayan A., <i>et al.</i> 2025	Estados Unidos	Utilização de desenhos para avaliar o processamento emocional (PE) de 81 mulheres com idades entre 26 e 70 anos, três a 18 meses após completar o tratamento primário para câncer de mama. Neste estudo, PE mais baixo em desenhos foi associado a níveis mais altos de depressão e dor, mas não à fadiga.
Psicodrama como uma nova intervenção para reduzir o medo do parto: um ensaio clínico randomizado	Bayrı Bingöl F., <i>et al.</i> 2022	Reino Unido	Sessões de psicodrama foram adicionadas à educação pré-natal padrão no grupo experimental. O grupo de controle participou apenas de aulas de educação pré-natal de rotina. Observou-se que houve uma maior diminuição do medo do parto no grupo experimental do que no grupo de controle. Além disso, no período pós-parto, o grupo experimental teve uma taxa maior de parto vaginal e um tempo de parto mais curto do que o grupo de controle.
Protocolo para o estudo REPAT: papel do processamento emocional na arteterapia para pacientes em cuidados paliativos com câncer de mama	Czamanski-Cohen J., <i>et al.</i> 2020	Israel	Neste estudo, foi examinado dois mecanismos potenciais: processamento emocional e processos anti-inflamatórios colinérgicos.
O papel da arteterapia na qualidade de vida de mulheres com perda gestacional recente: Um ensaio clínico randomizado	Zahmatkesh M., <i>et al.</i> 2024	Estados Unidos	Este estudo, foi realizado com 60 mulheres que recentemente passaram por aborto ou natimorto. Após a randomização em dois grupos, as mulheres no grupo de intervenção receberam quatro sessões de arteterapia. No grupo de controle, foram realizados cuidados de rotina. Todas as dimensões físicas, psicológicas, sociais e ambientais da qualidade de vida melhoraram no grupo de arteterapia em comparação ao grupo controle ($P > 0,01$).

O efeito de ouvir música e desenhar no enfrentamento de queixas de dismenorreia em estudantes de enfermagem: ensaio clínico randomizado	Küçükkaya B, Başgöl Ş., 2024	Turquia	Descobriu-se que tanto a prática de desenhar, quanto a de música reduziram significativamente a dor menstrual, o estresse percebido e os sintomas menstruais em estudantes de Enfermagem com dismenorreia. A dor menstrual média das mulheres jovens no grupo de música diminuiu significativamente após a intervenção.
Desenhando sua saída: terapia artística baseada em ensaios de imagens (IR-AT) para pesadelos pós-traumáticos no transtorno de personalidade borderline	Kehr, T.; Haeyen, S. 2024	Alemanha	A técnica de história em quadrinhos IR-AT oferece a possibilidade de acessar o afeto. Usando metáforas como linha, forma e cor dão aos pacientes uma maneira mais segura e indireta de encontrar acesso ao conteúdo relacionado ao trauma e evitar que fiquem sobrecarregados.
Criando Portas: Encontrando significado e crescimento por meio da arteterapia diante de uma doença com risco de vida	Reilly, R.C., <i>et al.</i> 2021	Canadá	Os benefícios significativos da arteterapia no seu senso de autoestima, a estimulação de fazer arte pela primeira vez, o poder de sua obra de arte em gerar insights sobre si mesmos (incluindo subcategorias de autoatualização, crescimento existencial e crescimento pós-traumático) ou na comunicação de suas experiências aos entes queridos e como fazer arte mudou sua visão de mundo e filosofias de vida.
Bordando saúde: percepção de mulheres em sofrimento psíquico sobre a vivência em uma oficina terapêutica	Silva, M.A.P., <i>et al.</i> 2022	Brasil	Integrantes possuem a percepção sobre a potencialidade da oficina terapêutica como espaço propulsor de transformações, crescimento pessoal, amadurecimento nas relações interpessoais e retomada de projetos de vida.
"Superando a destruição": uma exploração qualitativa baseada nas artes da experiência de mulheres grávidas com violência do parceiro íntimo enquanto recebem cuidados pré-natais informados sobre trauma e violência	Jackson, K.T., <i>et al.</i> 2024	Estados Unidos	O estudo mostra como mulheres grávidas que sofreram violência por parte de um parceiro íntimo geram fenômenos como empatia, e mostram seus sentimentos através da arte visual.

Fonte: Autores, 2025

De acordo com Zahmatkesh *et al.* (2024), a arteterapia tem demonstrado impacto positivo na qualidade de vida de mulheres em situação de vulnerabilidade, como aquelas que enfrentam a perda gestacional. O estudo identificou melhorias nos aspectos físicos, emocionais e sociais após a participação em sessões terapêuticas, destacando seu potencial para auxiliar no processo de ressignificação da experiência vivida.

No alívio de dores e desconfortos físicos, o estudo de Küçükkaya e Baygöl (2024) analisou a prática do desenho na redução da dismenorreia. Os resultados apontaram uma diminuição expressiva da dor, do estresse e dos sintomas menstruais entre as participantes submetidas à intervenção, reforçando a arteterapia como uma alternativa complementar eficaz na saúde da mulher.

No contexto oncológico, Weinfeld-Yehoudayan *et al.*, (2025) investigaram o uso do desenho por mulheres sobreviventes de câncer de mama. A pesquisa revelou que a expressão artística contribuiu para a redução da dor, fadiga e sintomas depressivos, demonstrando sua relevância no enfrentamento da doença e na melhoria do bem-estar emocional. Além do mais, Reilly *et al.*, (2021) evidencia como indivíduos que encaram doenças como o câncer tem uma maior probabilidade de se envolverem cognitivamente com questões existenciais, em uma busca pela autenticidade as participantes deram um novo olhar para sua vida, transformando sua percepção para um novo senso do que era importante, explorando isso através da arteterapia.

Outra aplicação da arteterapia ocorre no manejo do medo do parto. Na pesquisa de Bingöl *et al.*,(2022), foi observado que técnicas expressivas, como o psicodrama, foram associadas a uma redução significativa da ansiedade em gestantes, além de um aumento na incidência de partos vaginais, evidenciando a influência positiva de abordagens terapêuticas baseadas na arte nesse contexto.

No que se refere à saúde mental, Silva *et al.*, (2022) expõem o bordado como forma terapêutica e refúgio para mulheres que apresentam sofrimentos psíquicos. Durante o momento da elaboração da arte, as mulheres não tinham como foco o sofrimento ou ao adoecimento; ao contrário, valorizavam seus aspectos saudáveis e podiam direcionar o olhar para si mesmas, desenvolvendo assim práticas de autocuidado. Além disso, a prática de arteterapia, através de ensaios de imagem, proporciona uma melhor evidência para o tratamento de pesadelos pós traumáticos, onde no tratamento o paciente é ajudado a encontrar um novo significado a esses pesadelos, segundo (Kehr; Haeyen, 2024).

Outrossim, a pesquisa realizada por Jackson *et al.*, (2024) investiga a experiência de mulheres grávidas que sofreram violência por parte de um parceiro íntimo enquanto recebiam

cuidados pré-natais informados sobre trauma e violência. Revelando que, por meio da arte visual, essas mulheres são capazes de expressar sentimentos profundos, como empatia e dor, promovendo uma forma de ressignificação de suas vivências traumáticas.

Ainda no que se refere a câncer de mama, Czamanski-Cohen *et al.*, (2020) trás hipóteses sobre o uso de colorir mandalas reduzir a ansiedade, assim como mudanças no processamento emocional. A prática arteterapêutica, ao oferecer um meio alternativo de expressão, facilita o processo de cura, permitindo que as participantes reconstruam suas narrativas de maneira mais positiva. Esses achados evidenciam o papel da arteterapia na promoção de um cuidado mais sensível e humanizado, ao integrar práticas que atendem às suas necessidades emocionais e psicológicas de forma holística.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, a arteterapia tem se mostrado uma abordagem terapêutica eficaz no cuidado à saúde das mulheres, justamente por permitir que emoções, pensamentos e experiências sejam externalizados por meio da arte. Essa prática contribui não apenas para o alívio do estresse e o fortalecimento da autoestima, mas também para o fortalecimento de laços afetivos e para o autoconhecimento. Em momentos marcantes da vida, como a gestação ou o enfrentamento de doenças como o câncer, a arteterapia oferece um espaço simbólico de expressão e acolhimento, favorecendo a construção de um olhar mais positivo sobre si mesma e sobre o processo vivido.

Ademais, os resultados encontrados nesta revisão apontam para a relevância de incluir a arteterapia como uma aliada no cuidado oferecido pelos profissionais de Enfermagem, especialmente quando se busca uma assistência mais humanizada e centrada na mulher. A arte, nesse contexto, ultrapassa sua função estética e assume um papel de cuidado, escuta e transformação. Valorizar práticas integrativas como essa amplia as possibilidades terapêuticas dentro dos serviços de saúde e fortalece uma atuação que reconhece e respeita a complexidade da experiência feminina em diferentes contextos de vida.

REFERÊNCIAS

BINGÖL, Fadime *et al.* Psicodrama como uma nova intervenção para reduzir o medo do parto: um ensaio clínico randomizado. **Journal of Obstetrics and Gynaecology**, 2022.

CORBIN, J. H., SANMARTINO, M., HENNESSY, E. A., & URKE, H. B. (Eds.). Arts and Health Promotion: Tools and Bridges for Practice, Research, and Social Transformation. **Springer**. 2021

CZAMANSKI-COHEN, J.; WILEY, J.; WEIHS, K. L. Protocol for the REPAT study: role of emotional processing in art therapy for breast cancer palliative care patients. **BMJ open**, v. 10, n. 11, p. e037521, 2020.

JACKSON, K. T. *et al.* “Breaking through the Brokenness”: An arts-based qualitative exploration of pregnant women’s experience of intimate partner violence while receiving trauma- and violence-informed antenatal care. **Creative nursing**, v. 30, n. 3, p. 195–209, 2024. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10784535241256872>. Acesso em: 19 de mar. 2025.

KEHR, T.; HAEYEN, S. Drawing your way out: Imagery rehearsal based art therapy (IR-AT) for post-traumatic nightmares in borderline personality disorder. **Journal of clinical psychology**, v. 80, n. 5, p. 1015–1030, 2024. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/jclp.23638>. Acesso em: 26 de mar. 2025.

KÜÇÜKKAYA, Burcu; BAÝGÖL, ýükran. O efeito de ouvir música e desenhar no enfrentamento de queixas de dismenorreia em estudantes de enfermagem: ensaio clínico randomizado. **BMC Saúde da Mulher**, 2024.

LLOPIS, P.E.A; MORALES, Y.G; HERNANDEZ, Y.G. La arteterapia: un valioso recurso educativo para menores con trastornos de la conducta. **Edumecentro**. v.16, p.1-20, 2024. Disponível em: <http://ref.scielo.org/vtwy2j>. Acesso em: 19 de mar. 2025.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. DE C. P.; GALVÃO, C. M. Use of the bibliographic reference manager in the selection of primary studies in integrative reviews. **Texto & contexto enfermagem**, v. 28, 2019.

REILLY, R. C. *et al.* Creating doorways: finding meaning and growth through art therapy in the face of life-threatening illness. **Public health**, v. 198, p. 245–251, 2021.

RUFATO, G. A arteterapia e suas contribuições para a qualidade de vida das pessoas. **Tempus-Actas de Saúde Coletiva**. v.15, n.4, p.1-21, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.18569/tempus.v15i4.2903>. Acesso em: 19 de mar. 2025.

SILVA M.A.P da, Giacon-Arruda BCC, Marcheti PM, Teston EF, Veivenberg CG, Lima H de P. Bordando saúde: percepção de mulheres em sofrimento psíquico sobre a vivência em uma oficina terapêutica. **Cogitare Enfer**. 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.81933>. Acesso em: 26 de mar. 2025.

WEINFELD-YEHOUDAYAN, Asnat *et al.* Usando desenhos para medir o processamento emocional em sobreviventes do câncer de mama e sua associação com depressão, dor e fadiga. **Psico-Oncologia**, 2025.

ZAHMATKESH, Masumeh *et al.* O papel da arteterapia na qualidade de vida de mulheres com perda gestacional recente: um ensaio clínico randomizado. **PLoS ONE**, 2024.